



星档案

姓名: 陈若琳  
生日: 1992.12.12  
身高: 1.42米  
体重: 30公斤  
项目: 跳水(十米台)

100.30分! 陈若琳夺回阔别12年的10米台金牌

# 一跳逆转 收复失地

## 跳水精灵之 夺金时刻

### 最后一跳令对手目瞪口呆

昨晚,有12名选手参加女子跳水单人十米跳台的争夺,中国小将王鑫和陈若琳联手出击向金牌发起挑战,悉尼奥运会冠军美国老将威尔金森、加拿大名将海曼斯、墨西哥女子跳台冠军埃斯皮诺萨以及澳大利亚小将伍立群均进入决赛的争夺。

最后一轮,海曼斯的难度系数为3.2,最终获得88分。陈若琳在最后一跳前落后海曼斯1.45分,她要拿到90分才能超越对手夺得金牌。陈若琳的最后一跳难度系数是3.4,伴随着入水的一刹那,几乎全场都为之一惊。此时的镜头对准了海曼斯,陈若琳的最后一跳令她哑口无语。100.30分!全场最高分,陈若琳凭借最后一跳成功摘金。这也是陈若琳昨晚首次突破90分,但却是最关键的一次突破。出水的陈若琳与教练紧紧相拥,眼里已经流出激动的泪水。

## 跳水精灵之 赛后发言

### “什么好吃就要吃什么”

赛后陈若琳在接受采访的时候表示,“我跳最后一跳之前,并没有看分数。只觉得没有跳完,什么都不能决定。”同时,陈若琳坦言自己深知这枚金牌是中国跳水队阔别12年以来的荣誉。现在她成功地拿下这项冠军,“自己心里也是很高兴的。”

为了能够以最佳状态完成高难度的跳水动作,陈若琳必须时刻保持自己的体重。她告诉记者,“我必须这样严格要求自己,直到奥运会结束才行”。这场比赛结束之后,两个小姑娘决定好好地大吃一顿。“什么好吃,我们就要吃什么!”陈若琳的搭档王鑫表示:“比赛后要看电视剧《武林外传》放松放松。”



21日晚,女子跳水单人十米跳台决赛在国家游泳中心水立方进行,中国小将陈若琳凭借最后完美的一跳,447.70分,压倒加拿大的海曼斯摘得金牌,为中国跳水梦之队夺回了这枚阔别了12年的10米台金牌。加拿大名将海曼斯以437.05分获得亚军,中国小将王鑫以429.90分获得铜牌。

## 跳水精灵之 幕后故事

### 为参加比赛忍痛接受“正骨术”

陈若琳来自南通,第一次参加奥运会,就毫不手软地拿下了女子双人跳台和单人比赛的两顶桂冠。看着她那甜美纯净的脸庞,在确定自己获胜的一刹那竟然也是泪流满面,有谁知道,她曾经克服了多少艰辛痛苦!

不到6岁时,陈若琳在一次少儿比赛前两个月手臂骨折,在距离比赛不到一个月的时候,胳膊仍然伸不直,执意要参加比赛的她毅然接受了教练的“正骨术”。“你手轻一点啊。”小琳琳嘱咐了教练一句话。她知道

等待她的会是疼痛:教练把她的手臂放在平衡木上,然后拿了个板凳,慢慢压在她的胳膊上。

父亲唐华回忆说:“孩子叫得一塌糊涂,我在旁边哭得一塌糊涂。但是琳琳回家前竟然嘱咐我,千万不要告诉爷爷奶奶,但我回去后还是跟父母说了,父母把我骂得一塌糊涂。”于是,全家一致要求小家伙放弃跳水,但是她一定要练下去,还要参加比赛,家人怎么劝都不行。那一次“正骨”后,陈若琳只休息了三四天就返回跳台。

### 平时见到甜品都躲着走

榜样,她都已经奥运冠军了,还在那么拼命地训练。相比她,管好自己嘴巴有那么难吗?!”

此前有人说,陈若琳为了控制体重,将近一年时间不吃晚饭。对此误会,小家伙严重抗议:“谁说我不吃晚饭了?我还长身体呢,不吃饭哪里有力气训练?我说的是近一年来我在控制体重问题,每顿饭都吃,但是坚决不吃零食和甜品。”

陈若琳夺冠后,和教练任少芬拥抱了很久。任少芬说,陈若琳非常自觉,平时吃饭特别注意营养搭配,根本不需要教练苦口婆心。“她很有毅力,见到甜品都躲着走。有天赋,肯吃苦,这才成就了今天的陈若琳”。

## 跳水精灵之 收藏爱好

### 小丫头最喜欢玩具娃娃

对于陈若琳的爱好,她奶奶陈桂英介绍说:“我孙女不喜欢别的,最喜欢的玩具就是娃娃,各种各样的。”尽管已经是16岁的姑娘,但是收藏娃娃成为她的最爱。

“去年墨尔本世锦赛,有一个香港记者在采访中知道琳琳喜欢娃娃,后来他回香港给琳琳寄来了好多大大小小的娃娃。琳琳收到后,开心得不得了。而她平时睡觉一定都要抱着娃娃才能睡着,如果碰上大赛紧张,更是要抱着娃娃睡,她自己说压力才会减轻一点。”陈桂英说。

## 跳水精灵之 亲人连线

### 爷爷奶奶成半个跳水“裁判”

“陪练十几年,比赛看得多了,自然而然就知道跳水专业术语、技术判分标准了,有时候打分和国际裁判的也大差不差。”陈若琳的爷爷这样说。陈若琳的爷爷奶奶年近七旬,“哪想到会有今天的成绩,我们当初送她去体校,是想让她强身健体”。陈若琳的奶奶陈桂英说,孙女年幼体弱、易病,为能让这个“宝贝疙瘩”增强体质,小丫4岁时上午上幼儿园,下午就去南通市儿童业余体校练习跳水。

她和老伴每天都陪着若琳到南通崇川区一个学校跑步,跑道200米,最多时能跑十八圈。“刚开始几圈,我们老人还挺得住,时间长了,我们就不行了,幸好遇到一个练太极的好心人每天陪她跑十八圈。” 晚报奥运报道联盟

低密度 临湖 御景小高层  
Dipline 67608888 67609999

招聘 每周三《郑州晚报》《通通有》招聘专版信息最多、价格最低、效果最佳,每块(4x3cm)仅70元,多刊多优惠,敬请关注。

<b>通通有</b> www.totyou.net	<b>招聘</b> 曾经为孩子放弃工作,如今为家庭再寻机会的优秀女性 要求:25岁以上,45岁以下,高中以上学历,在郑工作2年以上,责任心强,能吃苦耐劳。 待遇:月薪1500元以上,三金+双休+法定节假日 张经理:13838119024	<b>世界500强上市公司</b> ●服务专员 10名 1500元 ●销售主管 5名 5000元 ●区域经理 2名 8000元 要求:26岁-45岁,居郑三年以上,已婚已育者优先; 待遇:工资+各项福利; 郭主任:13653979159	<b>平安售后服务部诚聘</b> 售后主管 3名 3000-5000元 理赔专员 5名 2800元 收费员 10名 1500元 要求:25-45岁,高中以上学历 待遇:底薪+医疗+双休+奖金 晋经理:13203725808	<b>平安诚聘</b> 售后主管:3名。 月薪5000元 售后服务专员:5名。 月薪2600元 要求:25-45岁,中专以上学历。 待遇:养老+医疗+双休 时间可自由支配 焦主任:13598016188	<b>诚聘</b> 保险理赔员 10名 区域主管 5名 社区服务人员 20名 要求:25-50岁,高中以上学历,有责任心 待遇:底薪+提成+各项福利+双休 徐主任:66097516 13663803869	<b>聘区域服务专员</b> 管城10名 金水15名 中原10名 二七10名 要求:25岁-45岁,高中以上学历,女性优先。 待遇:底薪+奖金+福利+养老+医疗 张金玲 15838212228	<b>诚聘</b> ●社区服务人员8名 ●主管2名 ●销售精英10名 ●理财规划师 要求:26岁-45岁,本市居住三年以上; 待遇:底薪+各项福利 夏主任:13213202010
------------------------------	--	--	---	---	---	---	--